

---

## PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER MELALUI INHALASI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL PRE-EKLAMPSIA DI RUMAH SAKIT PKU AISYIYAH JEPARA

<sup>1)</sup> Elinda I'in Fauziah, <sup>2)</sup> Atun Wigati, <sup>3)</sup> Diah Andriani<sup>4)</sup> Ummi Kulsum

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kudus  
Jl. Ganesha Raya No.I, Purwosari, Kec. Kota Kudus

E-mail : <sup>1)</sup> [elindaiin05@gmail.com](mailto:elindaiin05@gmail.com), <sup>2)</sup> [atunwigati@umkudus.ac.id](mailto:atunwigati@umkudus.ac.id), <sup>3)</sup> [diahandriani@umkudus.ac.id](mailto:diahandriani@umkudus.ac.id), <sup>4)</sup> [ummikulsum@umkudus.ac.id](mailto:ummikulsum@umkudus.ac.id)

---

### Kata Kunci:

Lavender, tekanan darah, ibu hamil

### ABSTRAK

Pre-eklampsia merupakan penyakit dengan tanda-tanda hipertensi, proteinuria dan oedema yang timbul karena kehamilan dan umumnya terjadi dalam triwulan ketiga atau sebelumnya. Lavender menjadi salah satu aromaterapi yang efektif digunakan untuk menurunkan tekanan darah menjelang persalinan. Karena, lavender mempunyai sifat-sifat antikonvulsan, 5 antidepresi, anxiolytic, dan bersifat menenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada ibu hamil pre-eklampsia RS PKU Aisyiyah Jepara. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *pre-post test without control group*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Semua Ibu Hamil Trimester 3 pada bulan Desember 2024 adalah 38 responden. Instrumen penelitian berupa SOP intervensi aromaterapi lavender dan lembar pengukuran tekanan darah. Analisa data diuji dengan uji paired t test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Uji paired t test sebesar 0,000 artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tekanan darah ibu hamil pre-eklampsia di Rumah sakit PKU Muhammadiyah Aisyiyah Jepara.

### Keywords:

Lavender, Blood pressure, pregnant woman

### Info Artikel

Tanggal dikirim:

Tanggal direvisi:

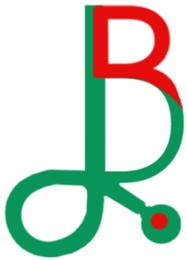
Tanggal diterima:

DOI

Artikel:10.58794/jubidav2i2.1587

### ABSTRACT

Pre-eclampsia is a medical complication that can occur during pregnancy, typically in the third trimester or earlier. This condition can be risky for the mother and fetus, so it requires serious medical attention. One complementary therapy that has been shown to be effective in helping reduce high blood pressure in pregnant women approaching labor is lavender aromatherapy. Lavender possesses several therapeutic properties, including anticonvulsant effects that help prevent seizures, antidepressant effects that reduce anxiety and stress, and anxiolytic effects that promote relaxation. This study aims to determine the effect of lavender aromatherapy on blood pressure in pre-eclamptic pregnant women at PKU Aisyiyah Jepara Hospital. The research method used was an experiment with a pre-post test design without control group. The sample used in this research was all pregnant women in the 3rd trimester in December 2024, namely 38 respondents. The research instruments were a lavender aromatherapy intervention SOP and a blood pressure measurement sheet. Data analysis was tested using the paired t test. The results showed that the paired t test is 0.000, meaning there is an effect of giving lavender aromatherapy on the blood pressure of pre-eclamptic pregnant women at the PKU Muhammadiyah Aisyiyah Jepara Hospital



## **PENDAHULUAN**

Preeklampsia merupakan gangguan kesehatan serius yang muncul selama masa kehamilan, umumnya pada trimester kedua hingga ketiga, dan ditandai oleh peningkatan tekanan darah, adanya protein dalam urin (proteinuria), serta pembengkakan (edema) di berbagai bagian tubuh [1].

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2019, sebanyak 99% dari total kematian ibu terjadi di negara berkembang, dan sekitar 80% di antaranya dipicu oleh penyebab seperti perdarahan pascapersalinan, infeksi, preeklampsia-eklampsia, serta komplikasi akibat aborsi yang tidak aman (WHO, 2019). Di Amerika Serikat, preeklampsia menjadi faktor penyebab sekitar 15% dari seluruh angka kematian ibu, sedangkan di negara-negara berkembang seperti Indonesia, kondisi ini menyumbang sekitar 7–10% dari total kasus kematian ibu hamil [2]. Data dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 juga mencatat bahwa penyebab utama kematian ibu di Indonesia meliputi preeklampsia/eklampsia, perdarahan hebat, infeksi, serta faktor lain seperti cedera saat proses persalinan [3].

Berdasarkan laporan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah untuk periode Januari hingga Maret 2018, tercatat sebanyak 66 kasus kematian ibu, di mana angka tertinggi berasal dari Kabupaten Grobogan dengan 6 kasus, disusul oleh Kota Semarang sebanyak 3 kasus. Sementara itu, pada bulan Desember 2024, Rumah Sakit PKU Aisyiyah Jepara mencatat sebanyak 38 kasus preeklampsia pada ibu hamil. Angka tersebut menunjukkan bahwa kasus preeklampsia masih menjadi tantangan signifikan dalam upaya penurunan angka kematian ibu di daerah.

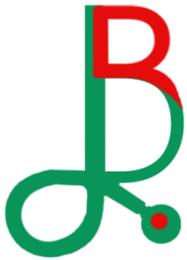
Terdapat sejumlah faktor risiko yang berkontribusi terhadap munculnya preeklampsia, seperti riwayat hipertensi sebelumnya, jumlah kehamilan (paritas), status sosial ekonomi yang rendah,

predisposisi genetik, obesitas, serta gangguan pada perkembangan trofoblas [4]. Preeklampsia yang tidak ditangani dapat menimbulkan komplikasi serius bagi ibu, antara lain solusio plasenta, gangguan koagulasi. Sementara bagi janin, kondisi ini dapat menyebabkan berat badan lahir rendah (BBLR), gangguan pada fungsi dan struktur plasenta, kekurangan oksigen (hipoksia), hambatan pertumbuhan dalam kandungan (IUGR), hingga kematian janin di dalam rahim (IUFD) [5].

Dalam hal pencegahan dan pengendalian preeklampsia, peran bidan sangatlah penting. Bidan memiliki tanggung jawab untuk melakukan skrining awal terhadap faktor risiko, memberikan edukasi dan konseling mengenai usia kehamilan yang aman, serta mendorong ibu hamil agar menjalani pemeriksaan kehamilan secara berkala, minimal empat kali selama masa kehamilan sesuai standar pelayanan antenatal care (ANC) [6]. Penanganan preeklampsia pada ibu hamil sampai saat ini masih menggunakan terapi farmakologi atau obat-obatan sebesar 100%. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah adalah aromaterapi lavender

Penelitian sebelumnya oleh Supiarsih dkk menerangkan bahwa terapi lavender yang diberikan ibu hamil dapat mencegah kegawatdaruratan dan meningkatkan psikologis ibu menjadi lebih baik [7]. Penelitian sebelumnya menggunakan sampel yang terbatas yaitu hanya 3 ibu hamil sehingga tidak bisa digeneralisir. Penelitian ini mencoba sampel yang lebih banyak dengan tujuan untuk memperoleh hasil yang lebih representatif dan valid secara statistik. Dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar, diharapkan temuan penelitian ini dapat menggambarkan efek terapi lavender secara lebih akurat terhadap ibu hamil dengan darah tinggi.

Berdasarkan studi awal yang



dilaksanakan pada bulan Desember 2024 di RS PKU Aisyiyah Jepara, dilakukan survei terhadap 38 kasus preeklampsia yang tercatat di rumah sakit tersebut. Dalam intervensi awal, peneliti memberikan terapi inhalasi aromaterapi lavender selama 30 menit kepada 10 responden yang mengalami preeklampsia. Hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 8 dari 10 responden mengalami penurunan tekanan darah secara signifikan, yang merupakan salah satu indikator utama dalam diagnosis preeklampsia. Temuan ini menjadi dasar ketertarikan peneliti untuk melanjutkan kajian yang lebih mendalam mengenai efektivitas aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada ibu hamil dengan preeklampsia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia RS PKU Aisyiyah Jepara

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Definisi**

Pre-eklampsia (PE) adalah penyakit dengan tanda – tanda hipertensi, proteinuria dan oedema yang timbul karena kehamilan dan umumnya terjadi dalam triwulan ketiga atau sebelumnya. Diagnosis pre eklamsia ditegakkan berdasarkan adanya hipertensi dan proteinuria pada usia kehamilan di atas 20 minggu. Edema tidak lagi dipakai sebagai kriteria diagnostik karena sangat banyak ditemukan pada wanita dengan kehamilan normal [1].

### **Dampak pre-eklampsia**

Secara umum pre eklamsia masih menjadi masalah utama meningkatkan kesakitan dan kematian ibu serta bayi di dunia [4]. Komplikasi yang terjadi pada ibu hamil dengan pre eklamsia adalah solusio plasenta, hipofibrinogenemia, hemolisis, pendarahan otak, kerusakan kapiler mata yang menyebabkan kebutaan, edema paru, nekrosis hati, kerusakan jantung, sindrom (HELLP), penyakit ginjal, eklamsia hingga kematian.

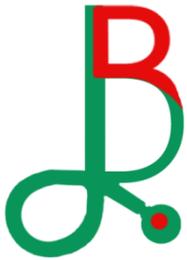
Adapun efek pre eklamsia pada janin adalah berat badan lahir rendah (BBLR), kerusakan plasenta, hipoksia janin, pembatasan pertumbuhan intrauterin (IUGR), dan kematian janin intrauterin (IUFD) [5]. Tingginya angka kematian ibu dapat terjadi karena beberapa faktor baik langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor tidak langsung yang sangat berperan besar dalam komplikasi pada ibu hamil maupun persalinan adalah pre-eklampsia [8]

### **Efektifitas lavender**

Salah satu ciri klinis utama dari preeklampsia adalah meningkatnya tekanan darah, yang biasanya muncul setelah usia kehamilan melewati 20 minggu. Tekanan darah yang dianggap hipertensi dalam konteks preeklampsia adalah ketika tekanan sistolik mencapai lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik melebihi 90 mmHg [9]. Namun demikian, terdapat alternatif terapi non-farmakologis yaitu aromaterapi dengan minyak esensial lavender [10]

Penggunaan aromaterapi dapat dilakukan melalui berbagai metode, termasuk inhalasi, mandi aromatik, pijatan, dan kompres. Di antara semua metode tersebut, inhalasi dianggap sebagai cara yang paling praktis dan cepat memberikan efek. Saat aroma minyak esensial dihirup, partikel aromatik langsung merangsang saraf penciuman dan diteruskan ke sistem limbik di otak, yang berperan dalam mengatur emosi dan tekanan darah [11].

Penelitian yang dilakukan oleh Setiati mendukung efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga yang sedang dalam masa persiapan melahirkan. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan lavender tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis ibu hamil, tetapi juga memberikan manfaat fisiologis melalui penurunan tekanan darah [12]. Minyak esensial lavender mengandung senyawa aktif seperti



monoterpene hidrokarbon, camphene, limonene, geraniol, lavandulol, dan nerol. Komponen utama yang mendominasi adalah linalool dan linalool asetat, yang jumlahnya mencapai 30–60% dari keseluruhan minyak, dan diketahui memberikan efek relaksasi serta menurunkan kecemasan [13]

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Desain yang digunakan adalah pre-post test without control group. Penelitian ini dilakukan di rumah sakit PKU Aisyiyah Jepara selama 1 bulan pada bulan desember 2024. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Semua Ibu Hamil Trimester 3 pada bulan Desember 2024 sebanyak 38 responden. Teknik sampel menggunakan total sampling. Ibu hamil dengan komplikasi dan gangguan penciuman tidak dimasukkan dalam kategori sampel peneliti. Instrumen penelitian berupa SOP intervensi aromaterapi lavender dan lembar pengukuran tekanan darah. Analisa univariat berupa tabel distribusi dan persentase sedangkan analisa bivariat diuji dengan uji *paired t test*.

Instrumen atau alat yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sfigmomanometer untuk mengukur tekanan darah. Alat ini sudah diuji keakuratan secara berkala oleh Calibration & Testing of Medical Equipment dengan kondisi layak dan baik sampe 8 Oktober 2025. Selain itu, penelitian ini sudah memenuhi uji etik dengan nomor 103/Z-7/KEPK/UMKU/I/2025 yang dikeluarkan oleh Universitas Muhammadiyah Kudus.

Responden yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian harus menandatangani (*informed consent*) sebagai bentuk persetujuan menjadi responden. Prosedur pemberian aromaterapi lavender essential oil dimulai dengan menyiapkan minyak aromaterapi dan menggunakan sarung tangan untuk menjaga

kebersihan serta keamanan. Selanjutnya, posisi pasien diatur senyaman mungkin agar tubuh dan pikirannya rileks. Sebelum terapi diberikan, dilakukan pengukuran tekanan darah untuk mengetahui kondisi awal pasien. Setelah itu, sebanyak tiga tetes minyak lavender essential oil diteteskan pada kapas. Pasien kemudian dianjurkan untuk menghirup aroma lavender selama kurang lebih 30 menit, dilakukan satu kali dalam sehari pada pagi hari, dengan instruksi untuk menarik napas lebih dalam agar efek relaksasi lebih optimal. Setelah sesi aromaterapi selesai, dilakukan evaluasi kembali terhadap skor tekanan darah pasien untuk menilai perubahan yang terjadi setelah pemberian terapi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL PENELITIAN

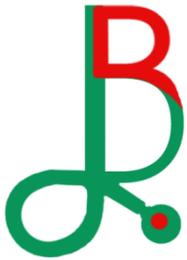
#### 1. Analisa Univariat

Tabel 1 Karakteristik responden

No	Usia	f	%
1	Produktif	28	73,7
2	Tidak Produktif	10	26,3
<b>Pendidikan</b>			
1	SD	2	5,3
2	SMP	12	31,5
3	SMA	17	44,7
4	PT	7	18,5
<b>Pekerjaan</b>			
1	IRT	14	36,9
2	Wiraswasta	11	28,9
3	Karyawan swasta	10	26,3
4	PNS	3	7,9

Data primer 2025

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 38 responden yang diteliti terdapat usia produktif sebanyak 28 (73,7%) dan tidak produktif sebanyak 10 (26,3%). Responden dengan pendidikan SMA sebanyak 17 (44,7%) dan paling sedikit pendidikan sekolah dasar sebesar 2 (5,3%). Responden yang tidak



bekerja sebanyak 14 (36,9%) responden dan yang bekerja sebagai karyawan swasta sebanyak 10 (26,3%) responden.

Hasil pengukuran tekanan darah ibu hamil pre-eklampsia setelah diberikan aromaterapi lavender dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2 Tekanan darah sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender

Tekanan darah (pre)	Mean	Min-maks	Median	Std. Deviasi
Sistolik	148	130-197	147	10,702
Diastolik	91	69-109	90	9,190
Tekanan darah (post)				
Sistolik	145	138-189	144	9,263
Diastolik	88	73-105	87	8,375

Tabel 2 menggambarkan perubahan tekanan darah pada pasien sebelum dan setelah diberikan terapi aromaterapi lavender. Sebelum terapi, rata-rata tekanan darah tercatat pada angka 148/91 mmHg, dengan nilai terendah 130/69 mmHg dan tertinggi 197/109 mmHg. Standar deviasi untuk tekanan sistolik adalah 10,702 dan diastolik 9,190. Setelah penerapan aromaterapi lavender, rata-rata tekanan darah pasien menunjukkan penurunan menjadi 145/88 mmHg, dengan tekanan darah terendah 130/73 mmHg dan tertinggi 189/105 mmHg. Standar deviasi setelah intervensi aromaterapi tercatat masing-masing sebesar 9,263 dan 8,375, hal ini menggambarkan adanya penurunan yang signifikan dalam tekanan darah pasien setelah terapi.

## 2. Analisa Bivariat

Sebelum melakukan analisa bivariat, diperlukan uji prasyarat sebuah data yaitu uji normalitas terhadap data yang sudah dikumpulkan oleh peneliti dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* pada SPSS. Uji normalitas dilakukan untuk memastikan

bahwa data yang diperoleh berdistribusi normal. Uji ini penting karena menentukan jenis analisis statistik yang akan digunakan, apakah parametrik atau non-parametrik. Uji normalitas menggunakan metode *Shapiro-Wilk* dipilih karena memiliki sensitivitas yang baik untuk mendeteksi normalitas, terutama pada ukuran sampel yang kecil hingga sedang. Data yang diuji adalah tekanan darah ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi aromaterapi lavender.

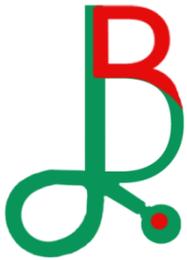
Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* diatas didapatkan hasil bahwa data tekanan darah (pre) dan tekanan darah (post) mempunyai nilai signifikansi diatas 0,05. Yaitu 0,191-0,264. Sehingga data yang dikumpulkan peneliti berdistribusi normal. Oleh karena itu, peneliti menggunakan uji statistic paired t test untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Untuk menganalisis perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender maka dilakukan uji statistic paired t test.

Tabel 3 Hasil Uji Statistik tekanan darah sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender

No	Tekanan darah	f	%	P value
1	Turun	31	81.6	0,000
2	Tetap	4	10.5	
3	Naik	3	7.9	
<b>Total</b>		<b>38</b>	<b>100</b>	

Hasil analisis data pada tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yakni 31 orang (81,6%), mengalami penurunan tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender. Sebagian kecil responden, yaitu 4 orang (10,5%), tidak mengalami perubahan tekanan darah, sementara 3 orang (7,9%) justru mengalami peningkatan tekanan darah. Nilai



signifikansi adalah  $0,000 < 0,05$ , menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender.

## **PEMBAHASAN**

### **Karakteristik responden**

Hasil penelitian tentang usia menunjukkan bahwa Sebagian besar responden usia produktif sebanyak 28 (73,7%). Sesuai dengan penelitian dari Isro'aini menyimpulkan bahwa 80% responden pada kelompok eksperimen berusia 18-35 tahun atau usia produkti, dan 40% responden pada kelompok control berusia  $>35$  tahun atau usia tidak produktif [14]

Usia merupakan salah satu faktor yang menentukan status kesehatan ibu hamil. Akan tetapi pada kasus preeklampsia usia ibu tidak menjadi salah satu faktor resiko kemunculan preeklampsia, melainkan ada faktor lain seperti lingkungan, riwayat penyakit, paritas, gangguan metabolisme dan social ekonomi [15]. Banyaknya kejadian preeklampsia pada usia sehat dikarenakan proses kehamilan dan persalinan paling banyak terjadi di usia 18-35 tahun

Berdasarkan temuan penelitian ini, meskipun sebagian besar responden berada di usia produktif, tetap diperlukan upaya pencegahan melalui pemeriksaan kehamilan rutin dan penerapan pola hidup sehat untuk mengurangi risiko pre-eklampsia. Selain itu, kelompok usia tidak produktif memerlukan perhatian khusus dengan pengawasan yang lebih intensif, mengingat risiko komplikasi yang lebih tinggi.

### **Gambaran tekanan darah sebelum dan setelah aromaterapi lavender**

Berdasarkan hasil *pre-test* pada ibu menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah pasien adalah 148/91, dengan minimal 130/69 dan paling tinggi adalah 197/109. Selaras dengan penelitian dari Septi yang menemukan adanya tekanan darah yang tinggi yaitu rata -

rata tekanan darah sistole sebelum tindakan 162,31 Sedangkan tekanan darah diastole sebelum tindakan mean 101,03 [16]. Rata-rata tekanan darah pre-test yang cukup tinggi mengindikasikan bahwa banyak ibu hamil yang berada dalam kategori hipertensi ringan hingga berat, yang bila tidak ditangani dengan tepat dapat menyebabkan kondisi seperti preeklampsia, eklampsia, atau gangguan pertumbuhan janin.

Hasil ini menunjukkan sebagian besar responden mengalami hipertensi, yang merupakan gejala utama pre-eklampsia. Pre-eklampsia terjadi akibat disfungsi plasenta yang memicu pelepasan zat inflamasi ke dalam aliran darah, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah. Selain itu, faktor risiko seperti riwayat hipertensi sebelumnya, gaya hidup tidak sehat, obesitas, dan stres juga dapat meningkatkan risiko pada ibu hamil [17]

Untuk menurunkan tekanan darah ibu hamil dengan pre-eklampsia, diperlukan pendekatan komprehensif, termasuk pengobatan farmakologi dan non-farmakologis seperti aromaterapi lavender. Lavender dikenal memiliki efek relaksasi yang membantu menurunkan stres, yang merupakan salah satu pemicu utama hipertensi. Kandungan linalool dan linalyl acetate dalam lavender dapat menenangkan sistem saraf simpatis, sehingga mengurangi resistensi pembuluh darah dan membantu menurunkan tekanan darah [18]

Menurut asumsi peneliti bahwa ibu hamil yang memiliki risiko hipertensi dapat dicegah dengan terapi nonfarmakologis yaitu aromaterapi lavender karena terapi ini mampu memberikan efek menenangkan yang mampu membuat tubuh menjadi rileks sehingga terjadi penurunan frekuensi jantung yang mengakibatkan perubahan tekanan darah sehingga tekanan darah pada ibu hamil berada dalam kondisi stabil.

Berdasarkan hasil *post-test* bahwa



tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah pasien adalah 145/88, dengan minimal 130/73 dan paling tinggi adalah 189/105. Seperti penelitian Septi tekanan darah sistole setelah pemberian aromaterapi lavender yaitu 162,05 Begitu juga dengan tekanan darah diastole yaitu 99,74. Meski rata-rata tekanan darah masih tergolong tinggi, penurunan ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender dapat membantu mengurangi tekanan darah pada ibu hamil dengan pre-eklampsia [16]

Pemberian aromaterapi lavender sebagai intervensi non-farmakologis dapat memberikan efek positif terhadap tekanan darah. Komponen aktif seperti linalool dan linalyl acetate dalam minyak lavender bekerja dengan menenangkan sistem saraf simpatis, sehingga menurunkan ketegangan pembuluh darah dan stres. Efek relaksasi ini membantu mengurangi tekanan darah secara bertahap. Selain itu, aromaterapi lavender juga membantu meningkatkan kenyamanan psikologis ibu hamil, yang secara tidak langsung mendukung kestabilan tekanan darah. Dengan hasil ini, aromaterapi lavender dapat dianggap sebagai terapi pendukung yang efektif dalam manajemen tekanan darah pada ibu hamil dengan pre-eklampsia, terutama bila diterapkan bersama dengan tindakan farmakologi [19]

### **Pengaruh Aromaterapi lavender terhadap tekanan darah**

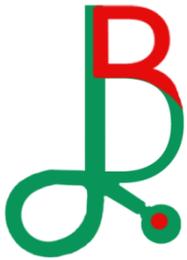
Hasil analisa menunjukkan bahwa responden yang tekanan darahnya menurun setelah diberikan aromaterapi lavender sebanyak 31 (81,6%) responden, tidak mengalami perubahan atau tetap sebanyak 4 (10,5%), dan tekanan darah yang justru mengalami kenaikan sebanyak 3 (7,9%) responden. Nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  artinya ada perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender. Sehingga dapat disimpulkan bahwa

ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tekanan darah ibu hamil pre-eklampsia di Rumah sakit PKU Muhammadiyah Aisiyah Jepara.

Penelitian Isro'aini mendukung temuan ini, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada tekanan darah sistolik kedua kelompok dengan p-value 0,003, sementara pada tekanan darah diastolik diperoleh p-value 0,000 [14]. Hal ini mengindikasikan bahwa aromaterapi lavender memberikan dampak positif pada penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan pre-eklampsia. Aromaterapi lavender dipercaya dapat meningkatkan aktivitas sel, sehingga memperlancar pertukaran oksigen dalam tubuh yang berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Hal yang sama dilakukan Pujiati rata-rata hipertensi pada ibu hamil dengan hipertensi menurun sesudah diberikan aromaterapi lavender [20]

Secara teoritis, aromaterapi lavender bekerja dengan cara mengaktifkan sistem pernapasan. Minyak esensial lavender yang diekstraksi dari pucuk bunga lavender memiliki sifat menenangkan yang dapat memberikan kesegaran. Menurut Yenny dkk minyak lavender memiliki kemampuan untuk mengurangi kecemasan dan merilekskan tubuh. Aromaterapi ini bekerja dengan memanfaatkan bau yang masuk ke dalam hidung, di mana reseptor di dalam hidung mengirimkan sinyal ke otak. Otak kemudian memproses sinyal ini, memengaruhi sistem limbik yang berkaitan dengan suasana hati, dan merangsang tubuh untuk menghasilkan Nitrit Oksida (NO), yang berfungsi menurunkan tonus otot pembuluh darah dan akhirnya menurunkan tekanan darah [21]

Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Menurut penelitian, dalam 100 gram bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan, seperti : Minyak esensial (1-3%), alpha-pinene (0,22%), camphene (0,06%), betamyrcene



(5,33%), P-cymene (0,3%), limonene (1,06%), cineol (0,51%), linalool (26,12%), borneol (1,21%), terpinen (-4-ol (4,64%), linalyl asetat (26,23%), geranyl asetat (2,14%), dan caryophyllene (7,55%) [22]. Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool (C<sub>10</sub>H<sub>18</sub>O). linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Minyak lavender dengan kandungan linaloolnya adalah salah satu minyak aroma terapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek memenangkan, sehingga dapat digunakan dalam manajemen stress.

Lebih lanjut, beberapa studi menunjukkan intervensi aromaterapi lavender memberikan efek positif terhadap sistem kardiovaskular, khususnya dalam menurunkan tekanan darah. Sebuah studi yang dilakukan oleh Purnama dkk menunjukkan bahwa setelah diberikan aromaterapi lavender, tekanan darah sistolik yang awalnya 140 mmHg dapat menurun setelah dua hari. Penurunan ini menjadi lebih signifikan jika aromaterapi dilakukan secara rutin dan teratur. Dengan praktik yang konsisten, efek positif ini dapat berlangsung dalam jangka panjang, menjadikannya sebagai metode yang efektif dalam menurunkan tekanan darah [15]

Meski demikian, tidak semua responden menunjukkan penurunan tekanan darah setelah pemberian aromaterapi lavender. Sebagian kecil responden (7,9%) justru mengalami peningkatan tekanan darah, yang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor individu seperti tingkat keparahan pre-eklampsia, kondisi kesehatan yang mendasarinya, atau respons tubuh terhadap terapi. Selain itu, peneliti beranggapan bahwa pada pasien ini tidak familiar dengan prosedur terapi yang menyebabkan tidak rileks, sehingga mengalami

ketegangan psikis yang dapat memicu aktivasi sistem saraf simpatis dan menyebabkan kenaikan tekanan darah.

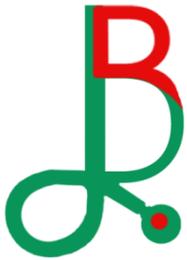
Beberapa responden lainnya (10,5%) tidak mengalami perubahan sama sekali. Hal ini bisa disebabkan oleh faktor eksternal, seperti ketenangan suasana, keramaian, atau ketidakhadiran fokus responden selama proses terapi. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor tersebut untuk memaksimalkan hasil dari terapi aromaterapi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender selama 3 hari sudah memberikan hasil yang signifikan, meskipun durasinya relatif singkat. Aromaterapi lavender dapat memberikan dampak positif terhadap penurunan tekanan darah ibu hamil. Hal ini menunjukkan bahwa lavender memiliki potensi yang cukup efektif sebagai terapi pendukung dalam mengelola tekanan darah pada ibu hamil, bahkan dalam durasi yang terbatas

Menurut pendapat peneliti, pemberian aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan pre-eklampsia. Namun, untuk mencapai hasil yang optimal, penting untuk melakukan pemantauan yang seksama terhadap terapi tersebut. Dengan monitoring yang baik, manfaat aromaterapi lavender dapat lebih maksimal dalam membantu menurunkan tekanan darah, sambil tetap memastikan keselamatan dan kesejahteraan ibu hamil serta janin yang dikandungnya.

## **KESIMPULAN**

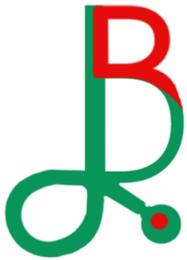
Kesimpulan dari penelitian adalah ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tekanan darah ibu hamil pre-eklampsia di Rumah sakit PKU Muhammadiyah Aisyah Jepara. Dengan hasil ini, tenaga Kesehatan atau ibu dirumah dapat menggunakan sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam



membantu menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan pre-eklampsia. Terapi ini dapat menjadi pilihan pendukung yang mudah, aman, dan terjangkau dalam perawatan kehamilan berisiko tinggi. Ibu hamil juga disarankan untuk menjalani pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, berolahraga ringan, dan mengelola stres, untuk mendukung kesehatan selama kehamilan. Penelitian lebih lanjut juga dapat membandingkan efektivitas aromaterapi lavender dengan terapi non-farmakologis lain seperti mawar sehingga dapat memberikan wawasan baru dalam manajemen pre-eklampsia atau menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. K. Y. Rahyani *et al.*, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Patologi Bagi Bidan*. Penerbit Andi, 2020.
- [2] D. Hermawati, “Hubungan Paritas dan Usia Ibu Hamil dengan Preeklampsia di Rumah Sakit Kota Banda Aceh,” *Idea Nurs. J.*, vol. 11, no. 3, hal. 62–69, 2020.
- [3] E. Ulfiana dan E. Astuti, *Menjaga Kesehatan Mental Dan Deteksi Dini Stress Di Era Pandemi Covid-19*. 2020.
- [4] R. Anggraeny, “Faktor Risiko Kejadian Preeklampsia di Kota Parepare,” *J. Ilm. Mns. Dan Kesehat.*, vol. 3, no. 1, hal. 101–113, 2020.
- [5] F. W. Anggraeni, “Hubungan antara preeklampsia dengan asfiksia pada bayi baru lahir di rsu Karsa Husada tahun 2020.” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.
- [6] W. D. Pangesti dan J. R. Fauzia, “Faktor-Faktor Risiko Preeklamsi pada Ibu Hamil Berdasarkan Karakteristik Maternal di Kabupaten Banyumas,” *NERSMID J. Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 5, no. 1, hal. 113–122, 2022.
- [7] N. Supiarsih, Y. Setiawati, T. Sundari, R. A. Anjani, dan R. Agustina, “Asuhan kebidanan Berkelanjutan pada Klien, Ny. A, Ny. T., dan Ny. H dengan Komplementer Aromaterapi Lavender di PMB Mawar Eka Sari, S.Tr Keb Tahun 2023,” *Heal. Res. J. Indones.*, vol. 2, no. 1, hal. 1–8, 2023, doi: 10.63004/hrji.v2i1.214.
- [8] Ummi Kulsum dan Dyah Ayu Wulandari, “Upaya Menurunkan Kejadian KEK pada Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan,” *J. Pengemas Kesehat.*, vol. 1, no. 01, hal. 27–30, 2022, doi: 10.52299/jpk.v1i01.6.
- [9] H. Wiknjastro, “Ilmu Kebidanan (Edisi ke-4),” *Jakarta Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*, 2019.
- [10] K. A. Fanratami, E. Destariyani, R. Burhan, S. Damarini, dan S. Yaniarti, “Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Tahun 2021,” *Dr. Diss. Poltekkes Kemenkes Bengkulu*, hal. 9–16, 2021.
- [11] N. Azizah, R. Rosyidah, dan H. Machfudloh, “Efektivitas inhalasi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dan neroli (*Citrus Aurantium*) terhadap penurunan nyeri proses persalinan,” *Midwifery J. Kebidanan*, vol. 6, no. 1, hal. 26–31, 2020.
- [12] N. W. Setiati, “Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis,” *J. Kesehat. Bakti Tunas Husada J. Ilmu-ilmu Keperawatan, Anal. Kesehat. dan Farm.*, vol. 19, no. 1, 2019, doi: 10.36465/jkbth.v19i1.449.
- [13] R. Anantasari dan M. Kep, *Terapi Komplementer Pijat Dan Minyak Aroma Terapi Untuk Meningkatkan Gairah*



- Seksual Pada Ibu Menopause*. Media Sahabat Cendekia, 2019.
- [14] A. Isro'aini, "Pengaruh Massage Aromatherapy Lavender Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dengan Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang," *J. Ilm. kebidanan*, vol. 5, no. 2, hal. 27-34., 2020, [Daring]. Tersedia pada: <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/329/355>
- [15] P. I. P. Dewi dan K. W. Astuti, "Efektivitas penggunaan minyak aromaterapi lavender (*lavandula angustifolia*) dalam penurunan tekanan darah pada hipertensi," *J. Sci. MANDALIKA e-ISSN 2745-5955 | p-ISSN 2809-0543*, vol. 3, no. 11, hal. 5–12, 2022, doi: 10.36312/10.36312/vol3iss11pp5-12.
- [16] Septi Ardianty, "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Nagaswidak Palembang," *J. Inspirasi Kesehat.*, vol. 1, no. 2, hal. 172–180, 2023, doi: 10.52523/jika.v1i2.76.
- [17] Y. Rahmadiani, D. Azissah, dan J. Habibi, "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Pre-Eklampsia Pada Ibu Hamil Di RSUD Rupit Factors Associated with the Incidence of Pre-Eclampsia in Pregnant Women at Rupit Hospital," *J. Kebidanan Manna*, vol. 2, no. 1, hal. 23–34, 2023, [Daring]. Tersedia pada: <https://journal.bengkuluinstitute.com/index.php/JKM>
- [18] I. A. Rosita, "Pengaruh relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender dalam pencegahan hipertensi pada ibu hamil dipuskesmas samata," UIN Alauiddin, 2023.
- [19] Dainti, *Inhalasi Aromaterapi Dan Morning Sickness*. Jakarta: penebar swadaya, 2020.
- [20] W. Pujiati dan H. J. D. Saribu, "Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Ibu Hamil dengan Hipertensi," *Malahayati Nurs. J.*, vol. 4, no. 9, hal. 2194–2205, 2022, doi: 10.33024/mnj.v4i9.6814.
- [21] Y. Puspitasari, R. Nurhidayah, dan K. Katmini, "Effectiveness of Aromatherapy on Lowering Blood Pressure of Preeclampsia Mother During Conservative Treatment," *J. Keperawatan*, vol. 14, no. 1, hal. 157–162, 2022, doi: 10.32583/keperawatan.v14i1.49.
- [22] E. Vidal-García, M. Vallhonrat-Bueno, F. Pla-Consuegra, dan A. Orta-Ramírez, "Efficacy of Lavender Essential Oil in Reducing Stress, Insomnia, and Anxiety in Pregnant Women: A Systematic Review," *Healthc.*, vol. 12, no. 23, 2024, doi: 10.3390/healthcare12232456.